

### Никому ничего не доказывайте

Каждый человек живет в собственной психической реальности, которая создается из его убеждений.

Основная причина разногласий между людьми – в том, что каждый считает свой взгляд на происходящее единственно верным. Наблюдение за действительностью помогает понять, что это лишь разные взгляды на одно и то же, а критерием достоверности является наш собственный жизненный опыт. Научившись анализировать с разных сторон, мы поймем, что любая позиция окажется недостоверной - всего лишь точкой зрения.

О чем говорит потребность что-то доказывать

Неприятие позиций других людей вызывает в нас отрицательные эмоции, но если посмотреть с другой стороны, попытка что-то доказать - это зеркало того, что мы не принимаем в себе:

- уверенность, что мы точно знаем, как надо;
- осуждение поступков других как отражение неприятия себя;
- убеждения, которые уже безнадежно устарели;
- подсознательная неготовность к переменам.

Каждый человек уже от рождения обладает способностью думать и учиться, каждый рождается для того, чтобы получить свой собственный жизненный опыт: научиться любить, думать самостоятельно, создавать свой собственный мир, никому ничего не доказывать, ничего не отвергать, а принимать как есть точки зрения других людей (что не обязательно означает согласие с ними).

Принятие как основной способ взаимодействия с реальностью

Когда мы соглашаемся на условия, которые не соответствуют нашим убеждениям, мы испытываем определенный душевный дискомфорт. Но если какое-то обстоятельство есть, оно для чего-то существует, независимо от того, нравится оно нам или нет. Принять – это значит признать право другого человека быть таким, как он есть. Признав реальность существующей, как есть, мы получаем возможность вступить с ней в контакт и воздействовать на нее.

Не принимая, мы не можем воспользоваться тем, что нам дается для чего-то важного. Сопrotивляясь определенным людям или обстоятельствам, мы впустую тратим огромное количество энергии, которая могла бы значительно улучшить нашу жизнь.

Никогда никому ничего не доказывайте, так как потери этой энергии просто колоссальны: мы гасим себя, гасим других людей, гасим ресурсы ситуации и всей нашей реальности. Мы тратим психическую энергию на разговоры и проблемы, лежащие за

## **Никому ничего не доказывайте**

Автор: Alladin  
12.12.2018 15:38 -

---

рамками наших полномочий, тратим силы на то, что изменить не можем: пытаемся воспитывать других, манипулировать ими, вместо того, чтобы заниматься своими делами.

Лучший способ доказать что-либо – это наша собственная жизнь в гармонии внутреннего и внешнего мира, с радостным и благодарным принятием всего. Восточная философия называет этот процесс «деянием в недеянии», что на деле означает давать всему происходить и никому ничего не доказывать.